



Blätterteigtaschen mit Garnelen

Zeit gesamt
🕒 30min

Zubereitungszeit
👉 15min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Garnelen gekocht, tiefgefroren	24 St.
Bio Zitronen	1 St.
Schmand	200 g
Meerrettich	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Blätterteig	2 St.
Schlagsahne	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

Backblech mit Backpapier, Küchenkrepp

1. Garnelen am besten über Nacht im Kühlschrank auftauen. Ofen auf 220 °C (Umluft) vorheizen. Zitrone waschen und etwa 1 TL Schale fein abreiben. Garnelen waschen und ggf. schälen.
2. Schmand im Becher mit Meerrettich, Zitronenschale, Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Blätterteig ausrollen und jeweils zweimal längs und dreimal quer einschneiden, sodass jeweils 12 Quadrate entstehen. Je 1 TL Schmand daraufstreichen, eine Garnele mittig daraufsetzen und Teigecken zusammenklappen. Ränder mit einer Gabel festdrücken und Dreiecke auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen.
4. Blätterteigtaschen mit Sahne bestreichen und im Ofen ca. 12–15 Min. goldbraun backen. Lauwarm oder kalt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	691 kcal
Kohlenhydrate	52 g
Eiweiß	20 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	43 g